

Hatua za rahisi za kupunguza hatari ya **virusi vya corona** kwa wewe au wengine



the power of humanity



Nawa mikono yako mara nyingi kwa kutumia sabuni na maji, kwa muda wa angalau sekondi 20, au tumia majimaji yenye alkoholi ya kunawia mikono.



Uwe na mpango kwa familia yako kama mkihitaji kukaa na kutengwa nyumbani kwa muda wa wiki 2.



Kukohoa au mafua Tumia tishu kisha uitupe katika chombo cha takataka na unawe mikono mara moja.



Ikiwa una afya mzima, hakuna haja ya kuvaa kinyago.



Epuka kuwepo karibu na mtu yeyote ambaye ana homa au anakohoa.



Poa na usishikwa na hofu. Watu wengi wanaopata virusi vya corona wataumwa kidogo tu.



Kaa nyumbani ukiumwa. Ikiwa una homa, unakohoa au ni vigumu kupumua pigia simu u daktari wako au nambari ya 1800 020 080 ili kupata ushauri.



Wazee na wengine ambao wana magonjwa tayari wapo na hatari zaidi.

Maswali? Piga simu ya Habari kuhusu Virusi vya Corona kwenye 1800 020 080. Kisha uombe mtafsiri wa lugha yako.